



Скоро в школу: как настроить первоклассника на учебу в школе

Первое сентября - особый день и для первоклассников, и для их родителей.

Волнуются, переживают и дети, и родители.

Вот несколько правил, соблюдение которых поможет родителям подготовиться самим и подготовить ребенка к школе.

1. Расскажите ребенку о том, что его ждет в школе

Можно заранее поиграть с ним "в школу", в "первый звонок" и в "урок", потренироваться, как он сядет за парту, сложит на ней свои вещи. Можно сходить погулять на школьный двор. Можно рассмотреть школьные фотографии из семейного архива. Можно посмотреть фильмы про школу.

Рассмотрите все школьные предметы, обсудите, для чего они нужны будут в школе.

Чем больше деталей ребенок будет знать перед началом школьной жизни, тем меньше будет стресс и тревога по этому поводу.

2. Расскажите ребенку, зачем ему учиться

Расскажите, что в школе его научат читать (если ещё не читает), писать и считать. Он узнает много интересного об окружающем мире. Можно привести простые примеры из реальной жизни, где эти навыки будут нужны. Например, ребенок сможет написать сообщение бабушке или другу, проверить, хватит ли денег на мороженое, самостоятельно читать всё, что заинтересовало, не обращаясь к взрослым, пересказывать интересное своим друзьям.

3. Дайте ребенку возможность доиграть

Ведущая деятельность дошкольников, необходимая для развития мозга - игровая - должна была закончиться к 6-7 годам. Но очень часто дети ещё не наигрались и начинают доигрывать в школе.

В таких случаях родителям не стоит перегружать детей различными секциями и дополнительными занятиями, нужно оставить время для игр. Если первоклассник после уроков будет иметь достаточно возможности поиграть, побегать - для него это будет лучше, и втягиваться ему в учебную жизнь будет проще.

4. Переходите на школьный режим за несколько дней до начала занятий

Определите время, когда нужно вставать утром, чтобы без спешки умыться, сделать зарядку, позавтракать и дойти (или доехать) до школы. Возможно, придется пораньше



ложиться спать и пораньше вставать. Причем, этот режим лучше соблюдать всей семьей. Резкое изменение режима детский организм воспринимает как стресс, что может привести к различным проблемам со здоровьем.

5. Прививайте ребенку чувство ответственности

С переходом в школу у ребенка расширяется круг обязанностей. Он должен стабильно посещать занятия, делать домашние задания, не забывать об обещаниях, которые он дает, следить за сохранностью своих вещей.

Давайте ребенку ежедневные домашние задачи и устанавливайте сроки: протереть пыль до возвращения родителей с работы, сложить одежду до отхода ко сну, расставить игрушки на полке, разобрать и рассортировать карандаши и фломастеры. Поручения должны быть конкретными и посильными.

Хвалите ребенка за успехи, оказывайте психологическую и физическую помощь при неудачах («Давай вместе», «Чем тебе помочь», «Я вижу у тебя это получилось, уверен(а) завтра ты сделаешь больше (лучше)»)

6. Не откладывайте на последний момент решение бытовых и организационных вопросов

Обсудите с ребенком все детали первых школьных дней. Во что он оденется? Кто пойдет с ним на линейку? Какие цветы вы купите учителям? Также заранее узнайте детали школьного расписания, соберите вместе портфель. Чем меньше будет неопределенности, тем спокойнее будет ребенку и вам.

7. Подготовьте рабочее место

Уделите внимание организации пространства. Определите в квартире конкретные места, в которых ребенок будет держать свои школьные учебники, рюкзак и любые другие предметы, которые на следующий день могут пригодиться ему в школе. Это поможет выработать дисциплину и к тому же избавит от необходимости долго искать что-либо по утрам.

8. Оставьте в режиме дня время на дневной отдых и прогулки на свежем воздухе

Ребенку нужно двигаться. Прогулки и подвижные игры с друзьями на улице помогут набраться физических сил, снять эмоциональное напряжение, будут способствовать развитию работоспособности.

9. Расскажите ребенку, что вы всегда рядом, даже когда он в школе

Для ребенка важно чувство безопасности, которое он привык испытывать в семье, а школа кажется небезопасной, где можно найти не только друзей, но и тех, кто ребенка не полюбит. Скажите ребенку, что, если что-то будет не так, он может все рассказать дома. Интересуйтесь его делами: как прошел день, что понравилось, что не понравилось, что было и не было интересно.